Учителя Петър Дънов

БИЛКИ и ЛЕЧЕНИЕ

313 рецепти
за
101 заболявания

Билки и лечение
313 рецепти за 101 болести
Петър Дънов

В този сборник с рецепти ще намерите уникални методи за лечение с билки, водни компреси, мед, зеленчукови и плодове отвари и др. Всички приложени методи за лечение са взети от словото на Учителя Петър Дънов и са предадени автентично. Няма по универсална аптека от Природата – основния, неизчерпаем източник, от който черпим енергия, здраве и сили!

Още електронни книги на Учителя - https://archive.org/details/beinsaebooks

ВЪВЕДЕНИЕ

Коя е причината за болестите? Отслабването на жизнената енергия в човека, при което тя се превръща в потенциална или пасивна. Следователно лекуването на болния има предвид, превръщане на потенциалната енергия в кинетична. Това се постига чрез различни билки или действия! През май и юни в хубави слънчеви дни, сутрин рано събирайте билки. Сушете ги и после ги поставяйте в стъклени бурканчета. Запушени да постоят още малко на слънце. Ще ги съхранявате на сухо. Лечебността им, не е всякога еднаква - зависи от времето, от месеца, от деня и от часа, в който се берат. Най-добре е билките да се берат сутрин рано призори, при изгрева на слънцето. Денят не трябва да е мъглив, не трябва и да има нито едно облаче на небето, ако има дори и едно облаче, лекарството се разваля. Който не познава билките, страда. Затова казваме, че хората страдат поради своето невежество.

Истински лекар е само този, който разбира причината за всяка болест и помага на хората. Той е асистент на Природата и работи съобразно нейните закони. При лекуването на болния има три фактора, които взимат участие в оздравяването му: Природата, лекарят и самия болен. Природата дава на човека помощ 50%, лекарят 25% и болният 25%. Последен има думата болния. Не вземе ли участие в лекуването си, усилията на Природата и на лекаря ще пропаднат. За да бъде човек здрав, трябва да разчита на себе си и на непосредствения контакт с Природата. Ако в някои отношения самата Природа ви противодейства, тя ще ви покаже и изходен път от това положение. Създаде ли ви известна болест, същевременно ще ви покаже и пътищата, по които можете да се излекувате. Не всички болезнени състояния са болести. Например хремата, треската не са болести, но състояния за пречистване. Чрез тези състояния организмът се чисти от излишните утайки и наслоявания.

Във всеки човек има скрити сили, които трябва да се събудят. Събудите ли тези сили, положението на болния се подобрява естествено. Когато сам се лекува, човек придобива увереност в себе си, в своите сили. Можете да се излекувате, но ако отгоре, от невидимия свят светлите същества вземат участие. Билките са само проводник. Искате ли да се лекувате по природосъобразен начин, използвайте главно месеците април и май, когато природата е богата на жизнена енергия. И накрая не

забравяйте, че лекуването не се състои в това, да освобождаваме хората от техните болести, но да им дадем начини, методи, да запазят своето здраве.

РЕЦЕПТИ
за конкретни заболявания

АБЦЕС

1. Вземете цъфнал бъз и си направете баня с него, на гнойното място.
2. При гноен абцес вземете мед и брашно. Смесват се с вода и полученото се поставя на гнойното място да изсмуче гнойта.
3. Наложете абцеса с парче хляб и го оставете да постои върху раната.
4. Вари се царевично брашно с мляко. Полученото се налага върху гнойното място да го изсмуче.
5. Всяка сутрин да се правят слънчеви бани. След това да се нареже 1 домат, да се наложи на болното място и да се бинтова.

АЛКОХОЛИЗЪМ

Заставете човека консумиращ прекалено много спиртни питиета да изпива но 2-3 литра вода на ден. В процеса на лекуване трябва да започнете от малко количество и постепенно да увеличавате. Първия ден 1 чаша вода, втория ден - 2 чаши, третия ден - 3 чаши, после 4, 5, 6, чаши, докато стигне до 15-20 чаши на ден.

АНЕМИЯ

1. При анемия се препоръчва, по всякакво време, да се излиза сутрин рано преди изгрев слънце за половин час, да се възприемат ранните слънчеви лъчи.
2. Анемичния да отглежда червени цветя в дома си и да ги наблюдава, да се облича в червено.
3. Да пие по една чаша червено вино на ден.
4. да се ядат червени плодеше: череши, вишни, ягоди, малини, дини и т.н.
5. Да се пие гореща вода на глътки.
6. Всяка вечер да се измиват краката с топла вода до над коленете.

Дръжте краката си във вода 4-5 мин.

7. Препоръчват се разходки в планината придружени с дълбоко дишане. Да се задържа въздуха колкото се може повече.

8. Лятото да се прекара на палатка на билото на Стара планина.

АПАНДИСИТ

1. Вземете очистително - рицинова масло, да се очистят хубаво червата.

2. Направете пълен постза4дена, без храна и вода. По време на поста, ще лежите по гръб.

3. Ще налагате с топли компреси от топли трици или тухлички, мястото на сляпото черво. Дори и след поста продължавайте да ходите с топла превръзка на корема.

4. Първия ден след поста, се захранете с картофена или спаначена супа, но без картофите и спанака, само с чорбата и никакъв хляб. На втория ден ще ядете пак картофена супа, но вече с картофите и пак без хляб. Третия ден ще хапнете вече и хляб. Можете да хапнете и меки храни: бамя, праз, картофи. Постепенно ще преминавате към обикновена храна.

5. Налагайте болното място с млечен компрес от биволско или овче мляко, (компреса се приготвя както при гърлобол).

6. Мийте си краката с гореща вода, колкото можете да търпите. Да се измиват слабините с топла вода и тогава да се ляга за спане.

7. Да не се яде месо в продължение на 1 месец.

АСТМА

1. За тези които страдат от Астма се препоръчва да се качват по върховете. Това предизвиква дълбоко дишане.

АТЕРОСКЛЕРОЗА

1. При атеросклерозата яжте малко, проста и чиста храна. Препоръчва се варено жито и варен ориз. Също така пийте много гореща вода. Яжте орехи. За известно време, минете на суровоядство.

2. Вземете 3-4 скилидки чесън, счукайте ги и ги смесете с дървено масло, по 1 супена лъжица на ден. Можете да използвате и чеснова есенция.

3. Всяка вечер, измивайте краката си с топла вода.
4. Никакви спиртни напитки.
5. Спокойствие, никакви тревоги.

БЕЗСЪНИЕ

1. Против безсъние яжте чесън в малки количества.
2. Измийте тялото си с хладка вода. След това го забършете, като го оставите леко влажно.
3. Ранно лягане.
4. Леглото не е място за мечти. Като легнете никакво мечтание. Там сметките трябва да са на чисто.

БЕЛИ ПЕТНА ПО НОКТИТЕ

1. Обливайте в продължение на 1 месец тялото с слънчева вода.
2. Печете се на слънце 1 ч. или 1 и 1/2 ч., сутрин от 7:30 до 9:00. Главата ви да бъде на сянка.

БЪБРЕЦИ

За болни бъбреци яжте боб. Задължително е първата вода на боба да се изхвърля.

БУЧЕНЕ НА УШИТЕ

1. Бученето на ушите идва от кръвообращението. Пийте по 6 чаши гореща вода на ден, по 2 чаши сутрин, 2 на обед и 2 вечер.

2.10 дена поред да се пие по 1 кафена чашка сварена дребна лайка, сутрин. След това 10 дена почивка, да не се пие и после пак 10 дена пийте. Това да се прави 3 пъти по 10 дена, общо 90 дни.

БЯЛ ДРОБ

1. Яжте грозде, то спомага за усилване на дробовете.
2. Болния от гръдни заболявания да яде пържен лук.
3. Ако имате слаби гърди, подложете се от 1-3 месеца на житен режим. През това време не трябва да употребявате никаква друга храна. Дъвчете житото сурово, добре изчистено и измито. Ако ви се вижда много

1 месец, направете опита за 1 седмица. Накиснете от вечерта 100 гр. жито с вода. Разделете го на три равни части - първата сдъвчете сутринта, втората на обед и третата вечерта. Вода можете да пиете колкото искате.

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА БЪБРЕЦИТЕ

1. Пиене на много гореща вода.

2. Лека, лесно смилаема храна, за предпочитане растителна. Да се избягват киселите, солените и лютите храни. Да се набляга повече на плодовете: ябълки, круши, варени сливи и т.н.

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ВЕНЦИТЕ

Да се измиват редовно венците с отвара от лайка.

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА НОСА

Сварете малко дребна лайка. Смъркайте от отварата и измивайте носа отвътре в продължение на 10 дни, сутрин и вечер. После 10 дена почивка и пак 10 дена промивки. Едновременно лайката да се употребява и вътрешно - Пийте я топла, всяка сутрин, по 1 малка чашка, без захар. Това също 10 дена, после 10 дена почивка и пак 10 дена пиене.

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ОЧИТЕ

1. Вземете сурови картофи и ги нарежете на ситни резенчета. Наложете ги върху слепоочията и ги превържете. Дръжте ги около 1 час. Вместо картофи, можете да използвате и селски квас.

2. Вечер при лягане да се покриват очите с топъл компрес.

3. Да се измиват очите с отвара от лайка.

4. Сварете сухи дренки на компот, без захар и пийте от тях докато е горещо.

5. Отрежете лозови пръчки и докато лозата сълзи, съберете лозовата вода и с нея си мийте очите.

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА УХОТО

1. Изцедете сок от печен праз и още докато е топъл, капнете няколко капки в ухото.

2 .Налагайте ухото със селски квас.

3. Да се пече гърба от 1/2 час до 1 час и 30 мин. на слънце. Така да се направят 40 слънчеви бани.

ГАСТРИТ

1. За гастрит първо вземете очистително-рициново масло. После ще пиете топла вода на малки глътки. След това ще пиете отвара от лайка, 3 пъти дневно, по 1 кафена чашка, преди ядене, вечер. Хубаво е да пиете житена и царевична вода. Яжте препечен хляб и обикновена картофена супа, без подправки.

2. Да се пие по 1 чаена лъжичка зехтин на гладно.

3. Сок от прясно зеле.

ГЛАВОБОЛИЕ

1. Когато ви боли главата или очите, сложете на слепоочията си прясно приготвен топъл квас. Първо намажете мястото с малко зехтин и след това наложете кваса. Според степента на болката можете да го държите на слепоочията си от 10 до 14 часа., и от 3 до 5 пъти седмично.

2. Изпийте 3 чаши гореща вода на малки глътки. След това вземете очистително. Като освободите стомаха си, направете една топла баня и си легнете. В банята ще стоите малко.

3. Вземете 1 шепа ягодови листа, сложете ги да киснат във вряла вода 5 мин. Тази вода да се пие от болния.

ГНОЕН КОЛИТ

1. Яжте в продължение на 10 дена, само боровинки, без нищо друго.

2. Правете сутрин, слънчеви бани на корема.

3. Да се правят обливни бани със слънчева вода.

ГНОЙНО ТЕЧЕНИЕ В УШИТЕ

1. Сварете малко дребна лайка. Промивайте ушите в продължение на 10 дни, сутрин и вечер. После 10 дена почивка и пак10 дена промивки.

2. Да се пече гръбнакът на слънце.

ГРЪДНА ЖАБА

1. Пийте отвара от външните, червени листа на лука. Сутрин, обед и вечер преди лягане по 1 кафена чашка.

2. Дълбоко дишане по 6 пъти сутрин, на обед и вечер.

3. Разходки и екскурзии по магнетични планини, като Родопите например.

ГУША

Варят се орехови листа и се пие отварата. За предпочитане са млади, пролетни орехови листа.

ГЪРБА

При болки в гърба правете си слънчеви бани. Излизайте да се печете на слънце по 2 часа, между 7 и 11 ч. След 11 ч. не стойте на слънце.

ГЪРЛОБОЛ

1. Млечен компрес. Сварете 1 литър мляко и щом се свали от огъня, изцедете в него 1 лимон, да се пресече. Ако нямате подръка лимони, вземете оцет. После, докато е още горещо, прецедете млякото през марля. Вземете гъстата, пресечена маса и я наложете както е обвита в марлята на болното място. Върху марлята поставете пластир, а върху него - вълнен плат, завит няколко пъти. Всичко това се бинтова. Тук най-важното е да се сложи пластирът и вълненият плат така, че да не влиза въздух под тях. Така, ще се запази пресеченото, горещо мляко, по-дълго време. Компресът се поставя вечерта, да стои 12 часа върху болното място. Ще го направите 3-4 дена поред, докато болката отмине.

2. Компрес от маслини. Компресът се прави по същия начин както при компреса с мляко, само, че маслините се нарязват на ситно в кърпата и тогава се увиват около врата.

3. Вземете квас и направете от него тархана. Сложете вътре обилно черен пипер. Като ядете тарханата, пиперът ще образува голямо сгорещяване на гърлото, вследствие на което болките ще престанат. Тарханата ще я ядете топла.

ДИАБЕТ (ЗАХАРНА БОЛЕСТ)

1. Да се яде варено жито, като житото да е вряло 1 час. Да се дъвче бавно и добре. Когато житото узрее, да се вземат по 50гр. сурово жито на ден.

2. Да се свари царевица. Зърната да се ядат, а сока да се пие.

3. Да се правят слънчеви бани.

4. Всяка вечер да се мият краката с топла вода.

5. Никакви захарни храни, никакви тлъстини. Като се яде да не се преяжда, ще ставате от масата леко гладни.

6. Да се употребява по 100-150 гр. хляб на ден.

7. Повече зеленчуци да се ядат: спанак, салата, пиперки, домати, моркови и т.н. Боб да не се яде. Да се набляга на киселите плодове.

8. Да се употребява тархана.

9. Да се намалят киселините, като оцета например, но лимони може да се ядат.

10. Мляко и млечни продукти: сирене, кашкавал и т.н., да не се употребяват. Може само по съвсем малко прясно мляко. Солено също да не се яде много.

11. Да се правят екскурзии на чист въздух, сред природата.

ДИСКОМФОРТ

Вземете си малко чиста пепел от изгорели клекове. След това я пресейте фино. Вземете малко пепел на върха на един нож и я изсипете в чаша гореща вода. След като се утаи, изпийте водата на малки глътки.

ДУШЕВНИ БОЛЕСТИ

1. Вземете чесън, счукайте го и го смесете с чисто сурово дървено масло. Вземайте по 1 лъжица 3 пъти дневно.

2. През лятото правете бани със слънчева вода.

3. Есента болния да прекарва горе, високо в планината.

ДУШЕВНО СТРАДАНИЕ

Вземете с три пръста малко цвят от пелин, сложете го в едно джезве с вода и го дръжте около 5 мин. да заври. Пийте всеки ден по 1 чашка без захар, в продължение на 10 дни.

ЕКЗЕМА НА КРАКА

1. При екзема по крака, сварете вода в една тенекия, сложете повече листа от тетра и да се вари по-дълго време. Когато водата поизстине, накиснете крака вътре в тенекията.

2. Поставете 1/4 вода в джезве да заври. Махнете го от огъня и сложете след това вътре 3 листа от тетра. Захлупете го и го оставете така да се задуши. Пие се по една кафена чашка, сутрин, обед и вечер.

ЕКЗЕМА НА РЪКАТА

1. При екзема по ръцете да се свари вода в по-голяма тенджера, да се сложат вътре 5-10 шепи, листа от тетра и да се вари по-дълго време. Сложете водата в леген и си киснете ръката вътре.

2. Екземата по ръцете показва, че кръвта е нечиста, затова яжте сурова храна. Суровата храна пречиства кръвта. Яжте основно ябълки, круши, домати, чушки и др. сурови, не готвени. Никакъв хляб.

ЕПИЛЕПСИЯ

1. Дълбоко дишане.

2. Вечер преди лягане измивайте, изтъркваите слабините. Това измиване да обхваща цялата област от диафрагмата до 25 см. над коленете. Това измиване да продължава 4 месеца.

3. Измиване на краката с топла вода преди лягане.

4. Яжте растителна храна. Да не се употребяват възбудителни ястия. Да се вечеря рано, преди залез слънце.

5. Всяка вечер да се изяжда по 1 -2 скилидки чесън.

6. Пийте много гореща вода.

7. Всеки ден разходки сред Природата, на чист въздух.

8. На дете болно от епилепсия, 40 дена да му се разтрива пъпа, под лъжичката при слънчевия възел и малко над пъпа. Разтривките да стават с дървено масло.

ЕЧЕМИК

При ечемик на окото се препоръчва компрес от лайка. Сварете лайката, сложете я в торбичка и наложете окото. Отгоре поставете мушамичка, после вълнен плат, като при съгреваещ компрес. Всичко това

се бинтова.

ЖЪЛТЕНИЦА

1. При жълтеница яжте много лимони, яжте ги с корите, без захар.
2. Вегетарианска храна, никакви мазнини.

ЖЛЪЧКА

1 .За жлъчка пийте сок от ряпа, по 1 чашка, 3 пъти дневно, 1/2 час преди ядене. Към сока можете да прибавите малко захар на вкус.

2. При болести в жлъчката са полезни киселите храни, особено лимоните. Избягвайте тлъстите, мазните храни. Изобщо яжте полека храна.

ЗАЕКВАНЕ

Тези които заекват, обичат да говорят бързо, затова се препоръчват следните методи на лечение:

1. Този който заеква, да поема дълбоко въздух, да направи дълбоко дишане, преди да започне да говори.
2. Когато говорите, говорете много бавно.
3. Всяка вечер си мийте краката с топла вода, много бавно. Съвсем бавно си движете ръцете по краката, за да се научите на бавни движения.
4. Когато нареждате някои предмети, например по масата, или когато си подреждате леглото, или стаята, трябва да местите предметите съвсем бавно. За да калите волята си правете бавни движения. Щом калите волята си на бавни движения, тя ще се кали и на бавно говорене.
5. Направете една дълбока вдишка и при вдишването изговорете съвсем бавно една дума, например „благост". Това упражнение ще повтаряте по няколко пъти на ден. Друг път при вдишване ще изговаряте думата „мир" и т.н. При издишване ще изговаряте по 2 думи, например „благост и мир" или „радост и светлина".

ЗАПЕК

1. Чай от трендафил с мед.
2. Да се ядат много дини.
3. Яжте тричен хляб - житото с всичко, без да се отделят триците.
4. Да се пие по 1 чаша с гореща вода, 1/2 ч. преди ядене, сутрин, обед

и вечер.

ЗЪБОБОЛ

При зъбобол сварете орехови листа и жабурете венците с тази вода.

ИЗГАРЯНЕ

При изгаряне, първата ви работа е да се намажете с кисело мляко.

ИЗМРЪЗВАНЕ

Измръзнали ръце и крака се лекуват с дървено масло. Дървеното масло поглъща топлината в себе си и по този начин освобождава организма от излишната енергия, която е приел чрез изгарянето.

ИНФЕКЦИЯ

1. Ако инфекцията е вътрешна, не се вижда и мястото се подува, вземете 1л. мляко и го сварете. После го пресечете с един лимон. Вземете пресеченото мляко като поизстине и от него правете компреси, като налагате болното място.

2. При външна инфекция, например на пръста, ако започне да бере, вземете една смокиня, сдъвчете я и увийте хубаво с нея пръста си. Или сварете няколко смокини във вода, направете лапа от тях и с нея увийте болното място.

3. При инфекция на ръката вследствие на рана, направете си компрес от ленено семе.

ИНФЛУЕНЦА

1. Вземете очистително - рициново масло.

2. Всеки ден, сутрин, обед и вечер, пийте най-малко, по 3 чаши гореща вода.

3. За храна яжте само варени картофи или печени картофи с малко сол. Никакъв хляб, никаква захар и никакво мляко.

ИПОХОНДРИЯ

При ипохондрия яжте много жито.

ИШИАС

За ишиас се препоръчва, както и при ревматизма, ужилване от пчели.

КАМЪНИ И ПЯСЪК В БЪБРЕЦИТЕ

1. Отвара от върбови листа. Вземете 10 върбови листа и ги сварете в 1 л. вода. Като заври водата, пуснете листата да поврят 10-15 мин. От тази вода взимайте по 1 чаена чаша, сутрин, обед и вечер, или само сутрин и вечер. Водата ще ви стигне за 2 дни, така, че след 2 дни сварете нова вода. След 10 дни ще направите почивка от 15-20 дни и пак ще пиете 10 дена. Тази отвара спомага за изхвърлянето на пясъка и камъните от бъбреците.
2. Горещи памучни компреси.
3. Една стиска троскот се пуска в една тенджерка с вряща вода, да поври 3-4 мин. Да се прецеди и пие като чай. Пийте 2 пъти дневно, сутрин и вечер по 1 чаша.
4. Да се употребяват плодове и да се пие топла вода.

КАМЪНИ И ПЯСЪК В ЖЛЪЧКАТА

Правят се същите процедури, както при камъни и пясък в бъбреците.

КАШЛИЦА

1. Взимате сухите люспи на 10 глави лук и ги сварете вода, все едно варите чай. Прецедете водата през фина цедка и в нея сложете 1/2кг. пчелен мед, 1-2 лъжички счукан синап и 1-2 лъжички ленено семе. Взимайте по 1 лъжичка от тази смес 3 пъти дневно: сутрин, обед и вечер.
2. Вземете една стиска троскот и да го варите 15 мин. Сутрин, обед и вечер изпивайте по една чаша от отварата. Тя е хранителна, а и от друга страна действа и лечебно. Успоредно с това си намажете гърлото със зехтин и вътрешно вземайте по малко от него.
3. Против кашлица също се препоръчва и чай от синя тинтява с мед или чай от мащерка, бял и жълт равнец, дребна лайкучка и зелени листа от ягода.
4. За силна кашлица вземете и настържете черна ряпа. След това я изцедете хубаво и всяка вечер ще изпивате по една кафена чашка.
5. Ето една лесна и ефикасна рецепта: вземете мед, черен пипер,

ленено семе и индийско орехче. Всичко това се счуква и смесва много добре. Взима се на всеки час по една кафена лъжичка.

6. При кашлица си пригответе индийско орехче, мед и черен пипер. Стопете медът и счукайте индийското орехче и черния пипер. Разбъркайте трите елемента, докато получите еднородна маса, сходна на маджуна. След това си слагайте от него по малко в устата и го смучете.

7. При магарешка кашлица сварете листа от див кестен на чай и пийте водата.

КИСЕЛИНИ

1. За киселини в стомаха се препоръчва: мляко с кафе, цветно зеле, варен ориз, без подправки, варен червен лук, варен праз, варени моркови, варено цвекло и лесно смилаеми храни. Също и варена бамя, като салата. Бамята ще я ядете, като я махнете от водата с лимон и дървено масло.

2. Препоръчва се люти чушки, чесън и червен лук.

3. Миене на краката всяка вечер до коленете с топла вода. Няколко пъти седмично -измиване на слабините с топла вода.

КОЖА

Искате ли да имате хубав тен на кожата, яжте грах.

КОПРИВНА ТРЕСКА

1. Първо вземете очистително.
2. Пийте гореща вода на малки глътки или по-добре с чаена лъжичка.
3. Мажете пъпките с чисто дървено масло.
4. Всяка вечер си мийте краката с топла вода.
5. Преминете изключително на млечна диета: прясно и кисело мляко.
6. Можете да използвате и следната диета: печен лук, варени картофи, картофена чорба.

КОРЕМ

1. При болки в корема пийте сутрин по 10 глътки гореща вода на всеки 5 мин., в продължение на 35 мин.

2. За коремоболие, всяка сутрин изпивайте по 1 супена лъжица зехтин. Дъвчете храната добре.

КОСА

1. Ако косата ви е побеляла, яжте редовно спанак и коприва и за една година тя ще почернее. Копривата да се употребява леко попарена и поръсена със зехтин и лимон. През зимата може да се употребява и сушена.

2. При косопад: Мийте косата си със сапун само веднъж в месеца. Използвайте сапун в който няма животински мазнини. През останалото време я мийте с вода или с хума. Ще опечете добре хумата, ще я залеете с малко оцет и ще я размиете с малко оцет. С тази каша ще измиете няколко пъти главата си и ще я изплакнете с много вода.

Косата да се мие с леко топла вода.

3. Хубаво е да излизате при дъждовно време от 22 март до 22 юни, без шапка, за да можете да приемете от енергията на водните капки.

4. Отправяйте мисълта си към корените на косата си. Мислете как с всеки изминат ден те стават все по-здрави и все по-здрави.

5. За косопад се препоръчва също, да се мокри косата с хладка вода 3 пъти на ден.

6. При окапване, да се търка косата с отвара от корени на репей.

КРЪВТА

1. При малокръвие яжте много круши, но крушите трябва да са пресни. Дъвчете ги бавно.

2. Също за малокръвие, яжте краставици. Малокръвието се явява и тогава, когато кръвта не се окислява добре, дишането не е правилно, не се приема достатъчно въздух.

3. Ако искате да подобрите кръвообращението си, яжте много череши.

КРЪВНО НАЛЯГАНЕ - ВИСОКО

1. Всяка вечер измивайте краката си с топла вода, за по-добро кръвообращение.

2. Яжте малко храна и пийте малко вода. Водата да бъде дестилирана, на ден по 300-400 гр. Изобщо по-малко течности и течни храни.

3. Минете изцяло към вегетарианска храна, а периодично и към суровоядство.

4. Избягвайте кисели, люти и солени храни. Храната да бъде съвсем слабо осолена.

5. Яжте сурови стърган моркови с малко лимон и дървено масло, варено цвекло с лимон и дървено масло, прясна коприва, само попарена с лимон и дървено масло. Ще ядете варено жито вместо хляб, докато трая този режим.

КРЪВНО НАЛЯГАНЕ - НИСКО

1. Да се засили храната, яжте масло, яйца. Повече супи-течни храни и гореща вода. Супите да бъдат силни. Наблегнете на копривата.

2. Смесете 200 гр. прясно краве масло с 200 гр. мед. Всяка сутрин взимайте по 1 супена лъжица. Или какао, 50 гр. масло и 50 гр. мед, за една доза. Тази захранка ще я взимате 12 дена поред, през май и септември.

КРЪВОИЗЛИВ

Вземете 1 стиска вълна и я изгорете да стане на пепел. Вземете от пепелта, на върха на една лъжичка и посипете мястото на кръвоизлива. За вътрешен кръвоизлив пепелта се изпива.

КРЪВОТЕЧЕНИЕ

При кръвотечение от носа или от друга част от тялото, вземете серлива, непрана вълна и я изгорете в една чиния. Вземете малко от пепелта, на върха на ножа, и я сложете в устата. Дръжте я там докато се стопи и изчезне с плюнката ви в стомаха. Правете го 2 пъти дневно, сутрин и вечер, всеки ден в продължение на 5 дена, докато спре кръвоизлива. Спре ли, да не се взема повече пенел. Пепелта да се взема на гладно.

ЛИШЕИ

Печете се сутрин до 11 ч. на слънце, главно гръбначния стълб.

МЕНИНГИТ

Най-често от менингит боледуват децата. За целта обръснете главата на детето, пригответе пресен топъл квас и го поставете на слепоочията му. Като сложите няколко пъти подред топъл квас на главата на детето, то ще

оздравее.

НАТЪРТЕНО

1. Наложете болното място с печен лук и малко масло или счукан лук и сол. Лукът смекчава болката и отнема температурата.

2. Потопете парче памук в гореща вода и го сложете върху удареното място около 2 мин. После пак го потопете и така 10 пъти, докато болката отмине. Можете да наложете мястото и със селски квас.

НЕВРАЛГИЯ

1. Вземете гореща дъбова пепел и я намокрете с малко вода, да стане на рядка кал. Сложете получената смес в кърпа и наложете мястото на лицето, където чувствате болка. Да се държи така компреса 5-10 мин. След това махнете компреса и намажете мястото с чисто дървено масло. После вземете вощина (това, което остава след като се изтегли медът и се изкара восъка). Стоплете вощината, сложете го в кърпа и налагайте мястото. Вощината трябва да е прясна. След това намажете пак мястото с дървено масло.

2. Всяка сутрин разбивайте по 1 прясно яйце с жълтъка и белтъка, сложете му малко захар и го изпийте.

3. Яжте много ябълки и круши.

4. Измивайте краката от коленете надолу всяка вечер с топла вода, преди лягане. Разтрийте внимателно всеки един пръст от крака поотделно. Цялата процедура да трае, около 5 мин. Като си измиете краката си сложете топли чорапи.

5. Измийте областта от диафрагмата до мястото, което е 25 см. над коленете. Това място се измива с гъба и топла вода.

6. В продължение на 10 дена си мийте слабините, след това 5 дена почивка, после пак 10 дена миене. През това време краката ги мийте всяка вечер, без прекъсване.

7. Всяка сутрин, в продължение на 40 дена, изпивайте по 1 чаша, 150 гр., студена вода на глътки. Като глътнете 1 глътка вода, ще я задържате в устата. Ще я размествате из цялата уста и след това ще я глътнете. Водата трябва да е прясна.

8. Да се прави памучен компрес с гореща вода. Вземете един леген с гореща вода и дебел слой памук. С канче излейте горещата вода върху

памука и докато е още горещ, без да го изстисквате, го поставете на болното място. Ако памука е много горещ, изчакайте няколко секунди, докато лицето вече може да изтърпи. Върху памука се поставя марля, а отгоре дебел вълнен плат. Този компрес се държи 3-4 мин., след което го свалете, изстискайте водата от памука и отново го напоете с гореща вода и го наложете. Компресът ще го правите всяка вечер, по 6 пъти. Всяка вечер ще взимате нов, чист памук.

9. След свършване на компресите, болното място се намазва с дървено масло и се обвива добре с вълнен плат, за да се запази топлината.

10. Пийте гореща вода. На 1 мин. ще взимате по 1 лъжица гореща вода, общо 1/2 час или 30 лъжици. Да се прави 1 седмица, вечер преди лягане.

НЕВРАСТЕНИЯ

1. Сложете някакъв златен предмет в чиста вода, в съотношение 1:10 - 1гр. злато в 10 гр. вода, за 48 часа да престои на слънце. Микроскопичните частици на златото ще се разтворят във водата и тя ще стане лековита. Пийте един път дневно по 10 капки от нея. Златото ще регулира нервната ви система.

2. За всички нервни заболявания яжте много ябълки, круши, орехи.

3. Неврастеникът трябва да яде по 3 кюфтета, направени от праз - сутрин, обед и вечер, в продължение на 10 дни. Рецептата се състои от: праз, малко брашно или галета, масло и яйца.

4. При неврастения е много добре да се подложите на грахова диета.

5. Вечер преди сън, изяждайте по една глава лук за тониране на нервната система.

6. Краставицата също действа благотворно върху нервната система; но тя трябва да се яде сутрин и на обяд. Вечер след залез слънце, да не се яде.

7. Сутрин, обед и вечер по 2 чаши гореща вода на глътки.

8. За обяд се препоръчва бамя и стъргана ряпа с малко лимон и зехтин.

9. Царевична вода - 1 кг. царевица да ври в 1,75 литра вода, докато остане 1 литър вода. Да се пие 3 пъти на ден, сутрин, обед и вечер. Ще варите царевичната вода ден за ден.

10. Смущава ли ви нещо, чувствате ли се нервен, раздразнителен,

сварете си оризова вода. По 3 супени лъжици 3 пъти на ден в продължение на 1 седмица. Втората седмица вземете 1 кг. грах, сварете го хубаво на супа и го взимайте по 10 супени лъжици 2 пъти дневно, на обед и вечер. Третата седмица ще вземете и ще си омесите хляб сами. Цяла седмица ще ядете хляб, който сам сте си омесили.

11. За неврастенията и всички нервни болести препоръчвам април, май и юни, разходки в планината. Ще се разхождате сутрин, докато слънцето още не е изгряло и малко след изгряването му, ще вървите от изток на запад, така че слънцето да пече гърба ви.

12. За успокоение на нервната система отглеждайте сини цветя.

НЕРАЗПОЛОЖЕНИЕ

1. Който е неразположен, да мирише роза. Да натърка с листенцата на розата носа, ушите, устата и ръцете си.

2. Имате някакво неразположение на духа -отглеждайте карамфили, като ги помирисвате често. Отглеждайте и здравец със същата цел.

НЕСПОКОЙСТВИЕ

За да се освободите от неспокойствието отидете да се разходите в гората сред дърветата. Изберете си едно дърво и се опрете с гръб в него. Стойте така между 5 - 30 мин. по ваша преценка. Главата ви да бъде леко наклонена.

НОЩНО НАПИКАВАНЕ

1. Да се пече гръбначният стълб на слънце, сутрин рано.
2. Да се правят топли компреси на корема.
3. Да се разтрива гърба и по-специално гръбначният стълб.

ОТПАДНАЛОСТ

Ако сте физически или душевно отпаднали, лекът за това се крие в дъбът. Отидете при някой стар дъб, който не е изгнил и опрете гърба си в него. Така ще стоите 5-10-15 мин. или най-много половин час. Дъбът ще отнеме част от вашите дисхармонични енергии и вие ще се възстановите и ще си тръгнете здрави.

ОХЛУЗЕНА КОЖА

Няма по-добър лек за охлузената кожа от зехтина. Щом кожата ви *се* охлузи, намажете я с малко зехтин.

ОХТИКА

В някои случаи, ако човек е охтичав се препоръчва да се пушат цигари и да се гълта дима, като лечебна средство.

ОЧИ

1. За очите, яжте леща.

2. Искате ли да усилите зрението си, излизайте вънка след полунощ от 12 до 1 ч., когато небето е звездно, да наблюдавате звездите. А същото излизайте и по време на буря, да наблюдавате светкавиците.

3. Друг метод да се засили зрението ви е да режете лук.

4. Ако очите ви се зачервяват често, всеки ден яжте по 100 гр. сурово жито в продължение на 10 дни. И тук се препоръчва рязането на лук.

5. Използвайте и друг метод за усилване на зрението - методът на концентрация в точка. Започнете от 1 мин. и постепенно увеличавайте. Като правите упражнението, съзнанието ви трябва да бъде съсредоточено.

6. Правете упражнения на очите си да отправите повече кръв към тях: Повдигнете очите си нагоре към небето, след това надолу към земята, после надясно и накрая на ляво. Това упражнение ще изпълнявате без да движите главата си, да става само от очите. Изобщо правилото е: когато искаш да видиш нещо, да не въртиш главата си на една или на друга страна, а да движиш очите си.

7. За добро зрение трябва да консумирате: за деца и юноши по 700-800гр. чисто масло на месец, за възрастни 400-500гр. Маслото да е прясно и да се държи на сухо и тъмно.

8. Ако очите ви са отслабнали, вглеждайте се в жълти цветя.

ПАРАЛИЗА

1. Разтривайте гръбначния стълб с дървено масло от горе на долу.

2. Правете дихателни упражнения. Дълбоко дишане сутрин, обед и вечер по 7 вдишки. Задържайте въздуха колкото можете повече.

3. Всяка сутрин по изгрев слънце правете слънчеви бани на гръбнака. При печене на. гръбнака, главата да бъде на сянка. Започнете от 1/2 ч. и постепенно увеличете до 1 и 1/2 ч. Най ползотворното време е около 7 ч. сутринта.

4. Минете към вегетарианство.

5. Вечер мийте краката си с топла вода.

6. Жива вода

7. Три пъти седмично измивайте слабините си с топла вода.

ПАРОДОНТОЗА

1. Жабурете устата си с вино.

2. Яжте прясно и изкиснато сирене.

ПЛЕВРИТ

1. Да се приложат млечни компреси и дълбоко дишане.

2. При срастване се препоръчва селски квас с мед и населен нишадър. Наложете отварата на мястото на срастването.

ПНЕВМОНИЯ

1. При пневмония използвайте млечни компреси.

2. Правете си вендузи.

ПОЛОВА ПАСИВНОСТ

Вечер преди лягане изяждайте по една глава лук, без обработка и подправки.

ПРОСТУДА

1. При простуда първата мярка е да вземете очистително, да се изчисти стомахът и червата ви от всички ненужни вещества. Един два дни се въздържайте от ядене, яжте по две паници супа от картофи. Изпивайте и по 2 чаши спаначен сок със сол и по 3-4 чаши гореща вода.

2. Ако някой от вас е простуден, нека се качи два-три пъти на някой връх, да се изпоти добре. След това да изпие 2-3 чаши гореща вода и да се преоблече.

3. При силна простуда вземете една ябълка и я обелете. Дъвчете корите й дълго време и след това ги изплюйте. После си сварете синя тинтява, цветове от пелин и подбел и пийте по 1 кафена чашка на ден.

4. Разтрийте гърба си, за да подобрите кръвообращението, да разширите капилярните съдове.

5. Синаповото семе има свойството да изтегля простудата от организма.

6. При силна простуда, вземете първо очистително - рициново масло. После изпийте няколко чаши с гореща вода докато се изпотите няколко пъти. Яжте топла храна и стойте завит добре, на топло.

РАЗШИРЕНИ ВЕНИ

1. Приготвя се отвара от дъбови кори. Дъбовите кори се поставят да врят, дотогава, докато водата стане кафяво-червена. Дъбовите кори да бъдат от вида „Бяло мишле" при дъба. Вземете плътни чорапи, намокрете ги в отварата, обуйте ги докато са мокри и ги бинтовайте плътно.

2. При разширени вени, болният да употребява лимони. Да изяжда по 1 лимон на ден.

3. Правете всяка сутрин гимнастически упражнения и масажи.

4. А също и всяка сутрин правете слънчеви бани и упражнения за дълбоко дишане.

5. Всяка вечер измиване на краката с топла вода, а през вечер, измиване на слабините.

РАК

1. Когато чувствата на хората станат противоположни на ума, влизат в стълкновение, когато мислите станат егоистични, се образува ракът - индивидуализира се клетката, не се подчинява на общия закон на организма, иска да води самостоятелен живот - това са раковите образувания. Първо трябва да внесете хармония между мислите и чувствата си. Понеже чувствата ви са подтиснати, ще ги освободите първо тях. Ще обикнете хората. Ще им вярвате, ще посещавате болни, ще обиквате чужди деца, като свои.

2. Ще се излагате на слънце, ще правите сутрин слънчеви бани до 11 ч. на обед. Пийте само гореща вода и слънчева вода, т.е. вода топлена на слънце.

3. Да не се яде месо. Ще ядете всеки ден сутрин, обед и вечер печен или суров кромид лук. Суровия лук също и предпазва от рак.

4. Вземат се корени от кукуряк, набождат се в една леко издълбана ябълка и така заедно се изпичат в фурната. След това корените се изваждат от ябълката, варят се и тази отвара да се пие 3 пъти дневно.

5. Дишайте дълбоко.

6. Виолетовият цвят действа лечебно при рака. Ето защо, човек трябва да има в стаята си виолетови цветя и предмети. Например си сложете виолетови завеси, носете виолетов шал, виолетови украшения и т.н.

РАНИ

Забъркайте брашно, зехтин и жълтък от яйце. Омесете ги на питка и наложете мястото на раната.

РЕВМАТИЗЪМ

1. Вземете внимателно 3-4 пчели и ги сложете да ви ужилят по мястото където е ревматизма. Правете този метод 10 дни и ревматизмът ви ще изчезне благодарение на свойствата на киселината, която отделя пчелата.

2. Вземете 7 глави червен лук, нарежете ги и ги счукайте ситно. Сложете в тях 25 гр. сол. Сложете лука на стъпалата на краката си и го дръжте така 10-12 часа докато спите. Може да усетите лек сърбеж през това време, което не бива да ви безпокои. Още след 3-4 опит ще усетите подобрение в краката си.

3. Ако ревматизмът е на коляното, всяка сутрин ще налагате мястото с китка коприва. Тази процедура ще изпълнявате между 4-10 пъти на ден.

4. Правете горещи памучни компреси на болното място.

5. В хубав, горещ слънчев ден ще сложите една диня на слънце да се пече и след това ще я изядете.

6. Правете слънчеви бани.

СКАРЛАТИНА

1. Пийте за понижаване на температурата по 4-5 чаши гореща вода наведнъж.

2. Болният да не яде хляб, мляко и т.н. Да мине само на варени картофи.

СКРОФУЛИ

Правете слънчеви бани до обед, до 11 ч. Докато се печете главата ви да бъде на сянка. Ще започнете с 15 мин. на ден и постепенно ще увеличавате времето на слънчевите бани.

СЛИВИЦИ

1. Когато имате болки в сливиците, взимайте лют чесън. Това е един добър начин за лекуване на сливиците и добра дезинфекция на гърлото.
2. При възпаление на сливиците, отвън се налага с компрес от селски квас.
3. В 1/4 л. вряла вода се кипват 3 листа от тетра. Ще пиете от водата по 1 кафена чашка 3 пъти на ден - сутрин, обед и вечер.
4. При гнойни сливици освен тетрата се прави и гаргара на гърлото с отвара от лайка.

СТАВНИ БОЛКИ

Намажете болното място с печен лук и малко масло. Лукът смекчава болката и отнема температурата.

СТЕСНЯВАНЕ НА ПИЛОРУСА

Сутрин, обед и вечер, 1 час преди ядене, да се взема дървено масло, по 1 кафена чашка, за да може да се разшири и омекне отвора на пилоруса.

СТОМАХ

1. Ако ви боли стомах, сварете си чай от бял или жълт равнец с мед. Пийте го три пъти на ден горещ.
2. Когато човек иска да подобри състоянието на стомаха си, трябва да яде чесън.
3. Ако стомахът ви е разстроен, сварете си ряпа и пийте сока й. По 3 супени лъжици, сутрин, обед и вечер, в продължение на 10 дни.
4. При разстроен стомах също помага и дренки - сварете ги или ги

яжте пресни.

5. За нервен стомах яжте портокали.

6. За стегнат стомах използвайте следния метод: В продължение на 40 дни, всяка сутрин преди закуска, ще изпивате по една чаша студена вода на глътки. Ще пиете бавно, съсредоточено, спокойно, без да бързате. При този метод, ще имате резултат, ако не го прекъсвате. Ако сте постоянни, след 40 дни стомахът ви ще се регулира.

7. За стомашно-чревни смущения пийте сок от прясно зеле.

8. Захарното цвекло е отлична храна и лекарство за цялата храносмилателна система.

9. Боровинките също са много полезни за стомаха. Те регулират енергиите му.

10. При слаб стомах, яжте черници. Пийте по 1 чаша домашно вино на ден.

11. Черешите действат разслабително за стомаха, когато се ядат на гладно.

12. Пийте отвара от дребна лайка. Вместо лайка, може да вземете пелин - по 1 кафена чашка сутрин на малки глътки.

13. При много силни стомашни болки, вземете първо очистително, след това си направете млечен компрес. Пийте отвара от равнец и много гореща вода.

14. При слаб стомах яжте препечен хляб, като преди ядене го натопите във вода.

СТРАХОВА НЕВРОЗА

1. При страхува невроза отглеждайте жълти цветя в дома си. Отглеждайте ги и ги съзерцавайте.

2. Препоръчва се дълбоко дишане. При дълбокото дишане става разширяване на капилярите, които при страха се свиват.

СХВАНАТ ГРЪБНАК

1. Да се пече на слънце, главно в сутрешните часове до 11 ч., следобедните от 17:00 до залез слънце.

2. Да се правят разтривки на гърба с дървено масло. Разтривките да вървят от горе на долу. Болното място на гръбнака да се маже с дървено място и да стои така.

СЪРЦЕБИЕНЕ

1. Една от причините за сърцебиенето е в диафрагмата, която се е издигнала много нагоре и притиска сърцето. Тук се препоръчва дълбоко дишане, като задържате въздуха колкото можете по дълго. Бавно вдишване, задържане, бавно издишване. Чрез дълбокото дишане белият дроб се разширява и бута диафрагмата надолу, така се освобождава сърцето. Можете да тренирате дълбоко дишане, като седите по турски на земята. При криза, достатъчно е да направите 5-6 дълбоки вдишки и сърцебиенето минава.

2. Да се пие топла вода.

3. Миене на краката с топла вода до коленете, всяка вечер преди лягане. Миене на слабините с топла вода, през вечер.

4. Кратки слънчеви бани, като сърдечната област да се покрива.

ТЕМПЕРАТУРА

1. При температура, ще пиете гореща вода, докато се изпотите няколко пъти, като след всяко изпотяване се преобличате.

2. Сварете си няколко големи -100 грамови картофи, но с корите, и ги изяжте, като ги дъвчете добре.

ТЕНИЯ

При тения в стомаха, изпържете и изпечете тиквено семе и го изяжте. Така главата на тенията се отлепва от стените на червата. След това взимате очистително и я изхвърляте.

ТРЕСКА

1. За треска пийте по 100гр. пелин сутрин, обед и вечер. Между треската и пелинът се създава връзка-реакция, и щом те се свържат помежду си, човек оздравява.

2. Изпийте 1, 2, 3, 4, 5, 6, чаши гореща вода или чай, докато във вас се образува реакция на изпотяване. След това се преоблечете и отново изпийте няколко чаши. Вземете малко дървено масло, намажете си краката и ръцете, и си легнете.

3. Яжте люти чушки.

4. Кафето стимулира организма при треска.

ТУБЕРКУЛОЗА

1. Излизайте всеки ден в планината, на височина най-малко 1500 метра. След три месеца ще имате 75% подобрение, след 1 година 85%, а след 2-3 години ще бъдете съвършено здрави. Ще ходите в планината добре облечени и зиме и лете, задължително ще носите манерка с гореща вода, от която ще отпивате от време на време.

2. Болният от туберкулоза трябва да яде кисело мляко, най-малко 3 години по три пъти на ден, но 100 гр. на всяко ядене.

3. Яжте кори на кисели ябълки. Корите ще ги дъвчете бавно и след като изстискате всичкия сок от тях, ще ги плюете.

4. Яжте сладък, червен кромид, най-малко по една глава на ден. Като го ядете го дъвчете хубаво.

5. Да се измиват слабините всяка вечер с топла вода, в която ще слагате по малко сол.

6. Да се употребяват по 1 -2 лимона на ден.

7. Преминете изцяло на вегетарианска храна.

8. През месец май, съберете 100 връхчета от малки борчета, сложете ги във вода да поврят 1-2 часа, докато омекнат. След това сложете 1 кг. захар и го оставете да поври още малко, докато се разтопи захарта и смолата на боровите иглички излезе във водата. От тази смола ще ядете по 1 супена лъжица сутрин, обед и вечер, преди ядене, заедно с боровите връхчета.

9. Яжте суров чесън.

10. Пийте житена и царевична вода. След като се свари житото или царевицата, да се пие водата им. Ще ги варите около 1 ч.

11. Всяка сутрин и вечер, преди лягане, да се взима по 1 лъжица чисто дървено масло.

УРОЧАСВАНЕ

Причината за урочасването се дължи на силния поглед на определен човек, чиято сила от своя страна се дължи на натрупаното електричество, което излиза чрез очите му. Ако не можете да го асимилирате, това електричество отправено към вас може да произведе известна дисхармония, която ще се отрази на състоянието на организма ви. Намерете човек, който

е добър проводник на това електричество, чийто организъм може да издържи на влиянията, които се отделят от болния. Вземете едно здраво яйце и накарайте човекът срещу вас да чукне яйцето в челото ви и в скоро време ще се почувствате добре. Яйцето лекува, като поглъща излишната енергия, която се е натрупала в организма на човека, и по този начин той се освобождава от своето болезнено състояние.

УХАПВАНЕ ОТ КОМАР

При ухапване от комар, наплюнчете пръста си и намажете с плюнката ухапаното място.

ФИЗИЧЕСКО НЕРАЗПОЛОЖЕНИЕ

Ако изпаднете във физическо неразположение, изпийте сока на 2-3 лимона със захар. След това изцедете и изпийте сока на 2-3 портокала.

ХЕМОРОИДИ

1. Хемороидите се засилват през май, затова преди да дойде месец май, ще пиете отвара от подъбиче. По 1/2 чаена чаша, 3 пъти на ден. Може да се засилят и през останалите месеци от годината, тогава пак ще пиете отвара от подъбиче.
2. Когато хемороидите се проявяват и с външни цицки, налагайте мястото с печен праз. Празът да се пече на фурна. Като го наложете, мястото да се превърже. Ще го слагате вечерно време.
3. При всяко изхождане, да се измива мястото с хладка вода.

ХРЕМА

1. Сутринта, стоплете малко вода, сложете в нея сол и смръкнете няколко пъти от солената вода. След 2-3 дена, хремата ви ще мине. Солената вода препятства за размножаването на микробите, които причиняват хремата.
2. Изпийте 2-3 чаши гореща вода да се изпотите и след това се преоблечете.
3. По една чашка кафе на ден.
4. Яжте суров праз, като най-витаминозните му части са външните зелени листа.

ХЪЛЦАНЕ

При хълцане изпийте 1-2 чаши гореща вода и дишайте дълбоко.

ЦИРЕИ

1. Вземете ленено семе и го сварете с мляко и захар. Наложете с получената смес болното място.
2. Можете да се наложите и със следната рецепта: бамя, сварена с мляко и захар.

ЧЕРЕН ДРОБ

1. Ако имате разстроен черен дроб, ще изяждате по 2 лимона на ден и ще пиете сутрин, обед и вечер по литър и половина гореща вода.
2. За разстроен черен дроб се препоръчва да се обградите със зелени цветя.
3. Яжте повече сирене, но да е изкиснато, да не е солено.
4. При увеличен черен дроб пийте отвара от цикория. Вземете цялото растение: корен, стебло, листа.

ШАРКА

1. Вземете очистително.
2. Пийте гореща вода 3 пъти на ден по 3 чаши. Стойте на топло.
3. Храната ви трябва да се състои само от варени картофи с малко сол и понякога картофена супа.

ЯЗВА

1. Всеки ден ще пиете по една чаша зехтин.
2. Взимате 150 гр. чист зехтин и го размесвате със ситно счукан чесън, така че да се получи гъста каша. Взимайте по една чаена лъжица три пъти дневно.
3. Постене един път седмично. Един ден от седмицата без храна, като през този ден взимайте по една кафена чашка зехтин.
4. През лятото ще се печете, ще излагате корема си на слънце.
5. Сок от прясно зеле, по 1 чаша дневно.

6. Вземете цветовете на жълтия кантарион и ги сложете в дървено масло, да стоят на слънце 40 дена. След това взимайте от кантариона по 1 супена лъжица, сутрин и вечер преди ядене.

7. Не яжте кисело, люто, солено, а също и боб, леща, грах.

8. Сложете 3 листа от смрадлика в 1/4 вряща вода и веднага я махнете от печката. Захлупете тенджерата да се задуши и я оставете да изстине. Ще пиете от тази вода по 3 пъти на ден, по 1 кафена чашка, 1/2 ч. преди ядене. Същото можете да го направите и с тетра, на тетрата се употребяват листата. Най-добре е да берете тетрата докато цъфти.

9. Можете да използвате и следния метод:

Първия ден, сутринта изпийте няколко чаши гореща вода, за промиване на стомаха и червата. След това 1 чаша дървено масло преди лягане. 1-2 часа след дървеното масло вземете житена вода.

Втория ден, същото по отношение на горещата вода и дървеното масло, но вместо житена вода, вземете овесена каша.

Третия ден, също като при втория, но вместо овесена каша вземете картофена супа.

Четвъртия ден, както при третия, но вместо картофена супа, вземете смокинена чорба, но без твърдите части.

Петия ден, повтаряте първия и т.н., в продължение на 10 дена. След 10 ден, спирате дървеното масло и на болния се дава чай със сухари и краве масло.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приготвяне на Тархана

Продукти:

1/2 литра вода, 10 люти чушки, 1 средна голяма чиния с нарязана червена капия, 1 парче (15/15) тиква, 2 ябълки, 2 средно големи моркова, 1 кг. нарязани и изцедени домати.

Приготвяне:

1. Всички продукти, с изключение на доматите, се слагат в тенджера под налягане и се варят 10 мин. Ако е останала вода след сваряването, тя се изхвърля.

2. В сварените продукти се слагат доматите, кваса и подправките: 1 чаена лъжичка черен пипер, 1 чаена лъжичка джинджифил,

3 смлени зърна карамфил, 1 чаена лъжичка копър. Всичко това се омесва с бяло брашно и се прави на твърдо тесто. Последното се поставя в голям съд (тава или тенджера), поръсва се отгоре с брашно и се оставя да втаса при стайна температура.

3. Между 3-7 дни поред, тестото се премесва, докато престане да се надига. След това се прави на хапки и се оставя да съхне върху плат. Полуизсъхнали, хапките се стриват с ръце, за да станат на едри гранули, които се оставят да съхнат 4 часа, след което се стриват отново на по-ситно. Накрая полученото се оставя да изсъхне напълно, за да не мухлясва.

4. Тарханата се накисва предварително няколко часа. Вари се на тих огън, като се бърка непрекъснато, докато се получи рядка каша. Яде се със сирене, краве масло и хапки хляб.

Доза за един човек:

2 супени лъжици тархана, на една чаена чаша вода.

Приготовление на кваса:

В 250 гр. боза се слагат 1 чаена лъжичка сол и 1 чаена лъжичка захар. Сместа се разбърква и се оставя да ферментира за 2-3 дни. След което се прибавят 3 супени лъжици брашно. Разбърква се до получаването на гъста каша, която престоява до пълно втасване.